



Traversée du Mont Pelvoux – 2 Jours

Alpinisme

2 jours / 1 nuit

Ascension d'un beau sommet de **presque 4000 m** (3943 m), sans difficulté technique, accessible aux marcheurs **bien entraînés**, ayant déjà une **petite expérience de la marche sur glacier et de l'escalade**. Visible depuis la vallée de la Durance, le Pelvoux symbolisa pendant longtemps le massif et lui donna même son nom, avant d'être détrôné par la **Barre des Ecrins (4102 m)**.

Le premier jour le guide vous montrera les techniques de base de l'escalade et de la descente en rappel sur le site d'escalade d'Ailefroide. Vous serez alors fin prêts pour la traversée du Pelvoux le lendemain.

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 : Ecole d'escalade - Refuge du Pelvoux (2700 m)

Rendez-vous à la gare de l'Argentière-les-Ecrins (05). Court transfert (25 mn) à Ailefroide (1500 m), haut-lieu de l'alpinisme, au cœur du Parc National des Ecrins. La matinée est consacrée à la révision des bases de l'escalade et de la désescalade (rappel) en haute montagne. L'après-midi, on remonte le long du tumultueux torrent de Celse Nière, à travers le mélézin. Après seulement une heure de marche, on quitte la forêt : cerné de sommets dépassant les 3500 m, au pied de la face sud du Pelvoux, on est en Haute Montagne ! Ce vallon sauvage abrite de nombreux chamois. Au cours de l'ascension vers le refuge du Pelvoux, beaux points de vue sur le glacier du Sélé. Nuit en refuge.

Temps de marche : 5h30 / M : 1200 m - D : 700 m.

Jour 2 : Traversée du Pelvoux (3943 m)

Du refuge on rejoint la bosse de Sialouze pour prendre pied sur le glacier du même nom que l'on remonte jusqu'au raide couloir Coolidge. Ce dernier débouche, à 3600 m, sur le glacier du Pelvoux. On remonte ensuite ce vaste glacier débonnaire, presque plat, jusqu'à la pointe Puiseux (3943 m). Panorama fabuleux sur les glaciers Blanc et du Sélé, la Meije et la Barre des Ecrins et plus loin sur le Viso et le Mont-Blanc. Descente par le glacier des Violettes, entre les énormes séracs. Après quelques rappels sans difficulté on passe sur les restes du névé Pélissier. Enfin, on descend dans le ravin du Pelvoux pour rejoindre Ailefroide. Transfert (25 m) et séparation à l'Argentière-les-Ecrins.

Temps de marche : entre 8h30 et 10h00 / M : 1245 m - D : 2445 m !!

Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et n'incluent pas les pauses.

M : Montée (dénivelé positif total) - D : Descente (dénivelé négatif total).

Ce programme peut être modifié par le guide en cas de force majeure.

Cartographie

Carte IGN Top 25 : Meije Pelvoux n°3436ET.

Niveau

Physique

GRANDE FORME 1 2 3 4 5 **6**

Technique : **Faux Débutant**

Etapes de 6 à 7h de marche et de plus de 1100 m de dénivelé en moyenne. L'altitude élevée réduit les capacités physiques. Vous devez pratiquer la randonnée ou un sport d'endurance assez régulièrement et avoir une **très bonne forme physique**. Une **petite expérience préalable** de la haute-montagne est préférable. Sinon il est conseillé d'ajouter un jour de marche sur glacier au préalable (Voir notre séjour « Pelvoux en 3 jours »). Le **premier jour vous réviserez les techniques de base** de l'escalade et du rappel.

Le Pelvoux est une course de neige, de **niveau général Facile (F)** à Peu Difficile (PD) en fonction des conditions d'enneigement. Escalade facile, niveau 3 maximum (sur une échelle de 1 à 9).

Hébergement et nourriture

En **refuge de haute montagne, en pension complète**.

Vous dormirez dans des dortoirs avec les sanitaires sur le palier. Pas de douches.

A midi vous mangerez un pique-nique « tiré du sac », préparé avec des produits du pays par votre guide ou par le refuge.

Le repas du soir et le petit déjeuner sont servis dans l'hébergement. La cuisine est traditionnelle et copieuse, adaptée aux randonneurs.

Portage

Vos **bagages ne sont pas acheminés** entre les refuges.

Vous porterez **dans un unique sac à dos vos affaires personnelles pour la durée du séjour**.

Encadrement

Un guide de haute montagne diplômé d'état pour **1 à 2 participants**.

Rendez-vous et séparation

Le premier jour, rendez-vous à 8h30 devant la gare SNCF de l'Argentière-les-Ecrins (05) = L'Argentière-la-Bessée (05).

Vous devez arriver "en tenue" (habillement + sac à dos), prêts à partir directement en randonnée.

Le dernier jour, séparation vers 17h00, au même endroit.

Accès au lieu de Rendez-vous

En train

Train de nuit direct depuis la gare de Paris-Austerlitz

- Départ à 20h50
- Arrivée le lendemain à l'Argentière-les-Ecrins à 08h09

En journée, trains depuis Marseille, Grenoble ou Valence

Horaires non contractuels, donnés à titre indicatif. Renseignements SNCF :

<https://www.sncf-connect.com/>

En voiture

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la RD 1091. Puis l'Argentière-la-Bessée par la RN 94.
ou Grenoble / La Mure / col Bayard / Gap par la RN 85. Puis direction Briançon par la RN 94 jusqu'à l'Argentière-la-Bessée.

Visualisez votre itinéraire sur www.viamichelin.fr ou www.mappy.com

Hébergements à proximité du lieu de Rdv

Nom	Situation	Coordonnées	Prix indicatifs / base 2 pers
Hôtel de la Gare	A la gare	https://www.hotel-de-la-gare-05.fr/ 04 92 23 10 02	Chambre à partir de 40 € Petit-déjeuner 6 €
Hôtel Glaizette	A 400 m de la gare	https://hotelglaizette.fr/ 04 92 23 10 05	Chambre à partir de 46 € Petit-déjeuner 8 €
Gîte Moulin Papillon	A 1200 m de la gare (Transfert possible par la gérante du gîte)	http://www.moulin-papillon.com/ 04 92 21 85 14	½ pension en dortoir (38€) ou chambre (46€)

Stationnement à proximité du lieu de Rdv

Vous pouvez vous garer sur le parking de la gare pour la durée du stage.

Dates et prix

Les séjours se déroulent aux **dates que vous voulez**. De la mi-juin à mi-août.

Tarifs par personne	
Si 2 participants	870 €
Si 1 participant	1400 €

Le prix comprend :

- L'hébergement en refuge gardé.
- Le petit-déjeuner (jour 2), les pique-niques (2 jours) et le dîner (jour 1).
- Les transports de personnes prévus durant le séjour.
- L'encadrement par un guide de haute montagne diplômé d'Etat.
- Le matériel technique de groupe (cordes, mousquetons, broches ...)

Le prix ne comprend pas :

- Le matériel technique personnel (possibilité de location sur place).
- L'acheminement de votre domicile au point de rendez-vous, ni le retour.
- Les vivres de course (en-cas) : fruits secs et barres énergétiques.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'assurance annulation/assistance/rapatriement.

Assurance

Elle est **facultative** mais nous avons l'obligation légale de vous les proposer.

Le paiement du séjour par carte bancaire peut, dans certains cas, vous couvrir en partie.

Renseignez-vous auprès de votre banquier.

Nous vous proposons une assurance offrant de nombreuses garanties :

• Annulation • Assistance/Rapatriement • Interruption • Dommage bagages

Son montant est de **4,85% du prix total du séjour**. Elle doit être souscrite et réglée en totalité dès l'inscription. Les détails du contrat et la procédure à suivre en cas de besoin, vous seront adressés avec votre confirmation d'inscription ou sur simple demande.

Modalités de paiement

Si vous vous inscrivez plus de 3 semaines avant le départ, nous vous demandons un acompte de 30% du prix du séjour.

Le solde restant devra ensuite être réglé au plus tard 3 semaines avant le départ.

Si vous vous inscrivez moins de 3 semaines avant le départ, vous réglez la totalité du prix du séjour.

Conditions de vente

Les conditions générales (voyages et séjours) et particulières légales de vente sont disponibles sur simple demande ou sur notre site Internet.

Votre habillement

En montagne le temps change vite et en quelques heures la température peut chuter de plus de 10°C. Le soir, en altitude, la température est souvent inférieure à 5°C. Même si vous randonnez en été, équipez-vous « chaudement ».

Comment vous habiller « de la tête aux pieds »

La Tête

- Chapeau ou casquette
- Bonnet qui peut se porter sous le casque (pas de pompon !)
- Lunettes de soleil protection 4 couvrant bien les yeux

Le Buste

La « **règle des 4 couches** » :

- Première couche : Tee-shirt ou chemise (manches longues de préférence), « respirant », favorisant l'évacuation de la transpiration. En matière synthétique (polyester/Type Odlo) mais pas 100% coton.
- Seconde couche : Veste fine et légère, « respirante », en polaire ou soft-shell, pour la chaleur.
- Troisième couche : micro-doudoune compressible, pour encore plus de chaleur.
- Quatrième couche : Veste imperméable et respirante (type Gore-Tex), pour protéger du vent, de la pluie et de la neige.

Les Jambes

- Pantalon de randonnée ou alpinisme, solide, respirant et "déperlant", en matière synthétique (pas de 100% coton) pour une protection contre les déchirures, le vent et la pluie.
- Sur-pantalon : léger et respirant (matière Type Gore-Tex), s'ouvrant sur toute la longueur, pour l'enfiler rapidement sans avoir à se déchausser, en cas de forte pluie, neige, vent ou grand froid.
- Collant fin, pour les plus frileux (qui pourra servir de pyjama la nuit).

Les Mains

- Gants légers (soft-shell, cuir ou polaire).
- Gants chauds (type alpinisme ou ski).
- Sur-gants (moufles) légers mais étanches (Type Gore-Tex). Pour améliorer l'étanchéité et la chaleur des gants ou bien moufles étanches et très chaudes.

Les Pieds

- Chaussures d'alpinisme rigides à tige montante. Avec des semelles ayant de bons crampons (pas trop usés) sur lesquelles on peut adapter des crampons (Débords avant et arrière). Dans la mesure du possible, il est recommandé **d'utiliser vos chaussures chez vous avant de participer à une rando** afin que vos pieds s'y adaptent.
- Chaussettes de randonnée en matière synthétique (pas 100% coton), pour une bonne évacuation de la transpiration et limitation des frottements (prévention des ampoules). Taille haute (mi-mollet).
- Guêtres ou stop-tout, pour éviter que la neige ou les petits cailloux n'entrent dans les chaussures.
- Des chaussons en plastique sont à votre disposition dans les refuges.

Matériel technique

Le **matériel technique collectif** (cordes, mousquetons, broches ...) est **fourni par le guide**.

Vous devez **vous munir du matériel technique personnel** suivant qui n'est **pas fourni** :

- Casque d'alpinisme
- Baudrier d'alpinisme avec mousqueton à vis
- Piolet léger pour la marche (Longueur de 60 à 70 cm)
- Chaussures d'alpinisme étanches et à semelle rigide
- Crampons avec anti-bottes (Plaque de plastique limitant l'accumulation de neige) ajustés à vos chaussures

Location du matériel

A réserver à l'avance paiement sur place.

Tarifs indicatifs Eté 2022 pour 2 jours	
Casque	10 €
Baudrier	14 €
Crampons	15 €
Piolet	10 €
Chaussures	20 €
Casque, baudrier, crampons, piolet, chaussures	55 €

Matériel divers

Les indispensables

- Gourde de 1 litre minimum
- Bâche de protection du sac à dos (étanche)
- Papier hygiénique pour la journée
- 1 lampe frontale pour se déplacer la nuit dans les dortoirs et marcher le matin (départ vers 4h30)
- couteau de poche

- Petite pharmacie personnelle : élastoplast ou deuxième peau contre d'éventuelles ampoules ; anti-inflammatoire : Aspégic, Doliprane ; pastilles contre le mal de gorge : Strepsil ; boules Quiès contre les ronflements et tous vos médicaments personnels habituels.
- Crème solaire protectrice pour la peau et "stick" pour les lèvres.
- Couverture de survie légère en aluminium.
- Drap cousu ou "sac à viande" (couvertures fournies en refuges)
- Vos affaires de toilette et une petite serviette, dans un sac en plastique (pas de trousse lourde)

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Le sac à dos de randonnée

De contenance **40 litres** environ.

Privilégiez un sac léger, avec armature dorsale rigide, bretelles et ceinture larges et confortables. Prévoir une bâche de pluie pour protéger le sac en cas de pluie.

Votre sac à dos contiendra le pique-nique du jour, les vivres de course et l'ensemble des affaires (habits de rechange, nécessaire de toilette...) dont vous aurez besoin pour toute la durée du séjour.

Le sac sera allégé pour les courses éventuelles en aller-retour au départ du refuge.

Le poids de votre sac, une fois plein, ne devra pas dépasser 15% de votre poids.

Informations légales

TrekAlpes EURL capital 7500 € / RCS de Gap SIREN 530 670 546 / Garantie financière 100.000 € Groupama / Responsabilité civile professionnelle MMA / Licence d'agence de voyages n°IM005110006 par Atout France – 75008 Paris

Pour nous contacter www.trekalpes.com contact@trekalpes.com Tél : 04 92 50 82 93

Dernière mise à jour 1-6-22